

FORMAS DE EVALUAR EL EQUILIBRIO EN EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Ruiz-Sanchis, Laura; Martín-Ruiz, Julio; Santamaría, Raúl y Ros Concepción

Universidad Católica de Valencia, Valencia, España

Palabras clave: Educación Física, Educación Primaria, evaluación, medición, equilibrio.

Introducción

El equilibrio es fundamental en la motricidad de los seres humanos, por este motivo es importante su trabajo en las clases de Educación Física en Educación Primaria. A partir de los 7 años, se produce la maduración cerebral, definiendo así la lateralidad y la gestión del espacio, haciendo muy notable el desarrollo del equilibrio (Martin, Ricieri, Sanchis, Santamaria, 2018). Evaluar el sistema propioceptivo, órgano del equilibrio, es complejo ya que se establecen interacciones y relaciones difíciles de medir y analizar por sus características y funciones específicas, además, de que la técnica de medición utilizada influye en los resultados obtenidos (Lephart, Myers y Riemann, 2003).

Método

La presente investigación se centra en examinar los instrumentos más empleados en las clases de Educación Física para la medición del equilibrio en el alumnado de Educación Primaria, clasificándolos según la fiabilidad de los datos que aportan. La metodología utilizada se ha centrado en registrar las investigaciones publicadas en diferentes bases de datos de acceso libre (google scholar, EBSCO y Pubmed). Entre los criterios de inclusión, se han considerado que tuvieran calidad científica y relevancia en el área de conocimiento.

Resultados

A través del análisis efectuado, puede señalarse que en la actualidad la medición directa del equilibrio es compleja debido a que se trata de un proceso aferente que ocurre de forma inconsciente (Benjaminse, Sell, Abt, House y Lephart, 2009; Konradsen, 2002). Cabe destacar que existe un gran número de pruebas para la medición del equilibrio en Educación Física, con similitudes entre ellas. Las diferencias entre las pruebas suelen ser la colocación de los segmentos corporales en la posición de equilibrio, el tiempo de ejecución y el instrumento de evaluación, pero la finalidad es común en todas ellas, evaluar una tipología de equilibrio determinado, ya sea dinámico o estático, unipodal o bipodal (Sheehan y Katz, 2013 y Araya et al., 2014).

Conclusiones

Las conclusiones del trabajo indican que no se encuentran instrumentos de evaluación directa que nos permita aislar cada uno de los componentes propioceptivos. En el área de la Educación Física los instrumentos de evaluación del equilibrio permiten una valoración del equilibrio de una forma sencilla y poco costosa a nivel económico, pero también han sido criticados debido a que son considerados poco objetivos (Ricotti, 2011). Es decir, la evaluación del equilibrio en las clases de Educación Física en Educación Primaria se realiza mediante pruebas de evaluación válidas, pero no fiables.

WAYS OF EVALUATING THE BALANCE IN PHYSICAL EDUCATION IN THE STAGE OF PRIMARY EDUCATION

Ruiz-Sanchis, Laura; Martín-Ruiz, Julio; Santamaría, Raúl y Ros Concepción

Catholic University of Valencia San Vicente Mártir, Valencia, Spain

Key words: Physical Education, Primary Education, evaluation, measurement, balance.

Introduction

Balance is an essential aspect in the motility of all human beings. Therefore, its work is important in Physical Education lessons in Primary Education. Brain maturity begins at the age of 7, defining laterality and control of space, and highlighting the balance development (Martin, Ricieri, Sanchis, Santamaria, 2018). The evaluation of the proprioceptive system, the organ of balance, is a very complex task, because interactions and relations are established and they are difficult to measure and to analyse their features and special functions. Moreover, the chosen measuring technique can affect the results obtained. (Lephart, Myers and Riemann, 2003).

Method

This research is focused on examining the most commonly instruments in Physical Education lessons in order to measure the balance of Primary Education pupils, classifying them according to the reliability of the data they provided. The methodology used, is focused on the recording of the research publications in open-access (Google Scholar, EBSCO and Pubmed). Inclusion criteria, considered scientific quality and relevance in the area of knowledge.

Based on the analysis, we may point out that nowadays, direct measurement of balance is very complex since it is an afferent process which occurs in an unconscious way (Benjaminse, Sell, Abt, House y Lephart, 2009; Konradsen, 2002). It should be noted that, there is a large number of tests for measuring balance in Physical Education lessons, which are all fairly similar to each other. The difference between the tests are usually in the placement of body parts in the balance position, the completion time and the evaluation type, but the purpose is common in all of them: to evaluate a specific balance; either dynamic or static, unipodal or bipodal (Sheehan y Katz, 2013 y Araya et al., 2014).

Conclusions

The conclusions of the work, show that we did not find direct assessment methods, which allow us to isolate each of the proprioceptive components. In the area of education, the evaluation instruments are useful, they allow a balance assessment in a simple and cost-efficiently way. However, such instruments have also been subject to criticism on the basis that they are non-objective. (Ricotti, 2011). That is to say, the balance assessment in Physical Education classes in Primary Education is carried out through valid -but unreliable- assessment test.

References

- Araya, L., Vergara, G., Arias, I., Fabré, H., Soxo, M. y Muñoz, C. (2014). Diferencias en el equilibrio estático y dinámico en niños de primero básico de colegios municipales y subvencionados. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 15(1), 17-23.

- Benjaminse, A., Sell, T. C., Abt, J. P., House, A. J., & Lephart, S. M. (2009). Reliability and precision of hip proprioception methods in healthy individuals. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 19(6), 457-463.
- Konradsen, L. (2002). Factors contributing to chronic ankle instability: kinesthesia and joint position sense. *Journal of Athletic Training*, 37(4), 381.
- Lephart, S.M., Myers, J.B., & Riemann, B.L. (2003). Role of proprioception in functional joint stability. En: DeLee, Drez & Miller. *Orthopaedic Sports Medicine: Principles and Practice*. Philadelphia: Saunders.
- Martín Ruiz, J., Ricieri, D. D. V., Ruiz Sanchis, L., & Santamaría Fernández, R. (2018). Improvement of balance in a 7-year-old child through a six-week learning programme.
- Ricotti, L. (2011). Static and dynamic balance in young athletes. *Journal of Human Sport & Exercise* 6(4).
- Sheehan, P. & Katz, L. (2013) The effects of a daily, 6 week exergaming curriculum on balance in fourth grade children. *Journal of Sport and Health Science*. 2,131-137.